

# 雄大な自然も 雪化粧 冬に親しむ

雪国東北だからこの魅力的な絶景の数々は、  
観る人に澄んだ感動を与えるでしょう。

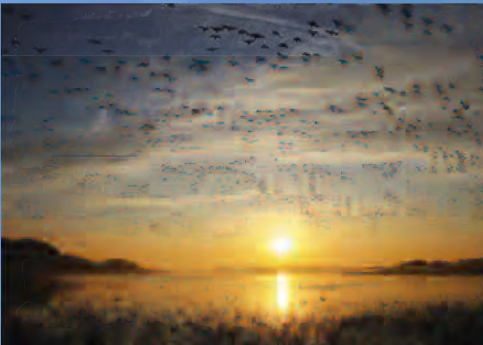
詳しくは  
こちら



**大志集落** **福島県金山町**  
赤や青のカラフルな屋根の家々の姿と、雪化粧の山並みが只見川の水鏡に映る  
景観はスイスながら。会津川口駅から2キロほどの尻吹峠を下ったビューポイント  
からは、「大志俯瞰」と呼ばれる壮大な風景を見渡すことができる。  
● 間／一般社団法人金山町観光物産協会 ● 交通／JR会津川口駅から徒歩約10分



**蔵王の樹氷** **山形県山形市** **宮城県蔵王町**  
樹氷は限られた地域でしか見られない、全国的にも珍しいもの。蔵王温泉スキー  
場では、樹氷を眺めながらスキーやスノーボードを楽しむ。アフタースキーでは、  
蔵王温泉で疲れを癒す。  
● 間／蔵王温泉観光協会案内所 ● 交通／JR山形駅からバスで約45分



**伊豆沼・内沼** **宮城県登米市・栗原市**  
ラムサール条約に登録されている国際的にも重要な湿地で、日本に飛来するマガンの  
8〜9割が越冬することで有名。特に日の出の20分〜30分前頃から始まる朝の飛び立  
ちは壮観で、その時の羽音と鳴き声は「残したい“日本の音風景100選”」にも選定。  
● 間／宮城県伊豆沼・内沼環境保全財団 ● 交通／スポットにより異なる（最寄駅）JRくりこま高原駅ほか



**三陸鉄道こたつ列車** **岩手県**  
リアス海岸を走る三陸鉄道は、ローカル線の魅力を感じられる路線として人気。冬  
には名物の「こたつ列車」が運行され、荒々しい海岸線や大海原を堪能できる。  
ビュースポットでは速度を落とし、観光アナウンスなども行われるほか、各種海鮮丼  
当も楽しめる。（要予約）  
● 間／三陸鉄道旅客営業部



**乳頭温泉郷** **秋田県仙北市**  
全国の秘湯の中でも屈指の人気を誇る乳頭温泉郷は、古からの湯治場の雰囲気  
を残し、情緒も満点。泉質の異なる7つの湯元がそれぞれ離れた場所にあり、冬  
の山懐に抱かれた温泉郷には、ゆったりとした時間が流れている。  
● 間／仙北市田沢湖観光情報センター「フォレック」  
● 交通／施設により異なる（最寄駅）JR田沢湖駅



**氷瀑** **青森県十和田市**  
冬の奥入瀬渓流は、随所にある滝が凍り付き、水が流れたまま時が止まったよう  
な、不思議な風景が展開される。大迫力の氷瀑や氷柱など見どころ満載で、ライト  
アップされた氷瀑を鑑賞できるナイトツアーも人気。  
● 間／一般社団法人十和田奥入瀬観光機構  
● 交通／JR七戸十和田駅から車で約1時間 ※冬季交通規制に注意



巡るたび、  
出会う旅。  
東北

# 巡るたび、 出会う旅。 東北



## 東北の魅力を発信しよう！ 「#東北PR局」 ハッシュタグキャンペーン

東北のオススメの観光スポットやグルメ、旬な情報を投稿しよう！  
投稿いただいた方の中から抽選で東北エリアの美味しい特産品をプレゼント！

応募期間・参加方法

2021年9月1日(水)～10月31日(日)

1 東北観光推進機構の  
Instagram公式アカウント  
(tohokutourism\_jp)を  
フォロー！

2

みんなにオススメしたい  
東北の写真に、ハッシュタグ  
「#東北PR局」を付けて投稿！  
※これまでに撮影いただいた写真もOK！

賞品

＼当たってうれしい！美味しい！/  
**東北6県の特産品**  
(約3,000円相当)

60名様

応募資格

日本国内にお住まいで、かつ、  
賞品の発送先が日本国内の方。  
※応募に当たっては、応募規約も  
必ずご確認ください。

#東北PR局

東北のオススメの観光スポットやグルメなどを  
Instagramに「#東北PR局」を付けて投稿し、その魅力や旬の情報を  
発信しています。お出かけ前に旬の情報を検索してください。



詳しくはこちら

手のひらから、おでかけを。

## JR New Style ナビ TOHOKU

JR東日本では、スマートフォンひとつでできる  
新しいお出かけスタイルをご提案します。  
JRのきっぷを買うのも改札を通るのも、お買い物も。  
旅を便利にするたくさんのアプリ＆サービスをひとつにまとめたのが  
「JR New Style ナビ TOHOKU」。  
手のひらから始まる  
東北の旅にアクセスしてみませんか？

スマホでアクセス！



旅を便利にする  
たくさんの  
アプリ＆サービス

えきねっと

どこからでも新幹線のきっぷ予約

新幹線 Eチケット

スマホで予約、タッチで乗車

Suica / モバイル Suica

キャッシュレスなライフスタイル

東北 MONO

東北を彩る、者と物

JR東日本  
ダイミツクレールバック

列車と宿をまとめて予約

JRE MALL

ラクラネット注文 お土産革命

JRE POINT

貯め方いろいろ いろいろ使える

観光列車

個性あふれる列車で旅を豊かに

## 東北の観光情報はホームページをチェック!!



詳しくはこちら

巡るたび、出会う旅。東北



検索

https://dc.tohokukanko.jp/megurutabi-tohoku/



安心して旅を楽しもう！  
Enjoy traveling with peace of mind!



ご協力をお願いします。  
Thank you for your cooperation.

東北デスティネーションキャンペーン推進協議会



【必ずお読みください。】新型コロナウイルス感染予防対策について ●お出かけの際は、各自治体の新型コロナウイルス感染症拡大防止の最新情報をご確認の上、体温の測定、マスクの着用、手洗いの励行、ソーシャルディスタンスの確保など、  
感染拡大を予防する「新しい生活様式」の実践をお願いいたします。●感染拡大の状況によっては、企画の中止や延期、施設が一時休館になる可能性もあります。●天候・季節またはその他の発行者の関与し得ない事由により、掲載内容が変  
更となる場合がございます。最新情報については、掲載地それぞれの問合せ先へのお電話、Webサイトの閲覧等にてご確認ください。●掲載内容が予告なく変更になることや、時期による変動及び臨時休業などで利用できない場合がございます。  
ご利用の際は、予めご確認ください。●この冊子に掲載された内容により生じたトラブルや損害などについては、責任を負いかねます。

※記載の情報は2021年9月現在の情報です。 ※写真・イラストはすべてイメージです。実際とは異なる場合がございます。 ※掲載の地図やその縮尺、所要時間などは、おおよその目安となるものです。



紅葉×水鏡

見頃:10月中旬～11月上旬

葛沼 青森県十和田市

十和田八幡平国立公園内にある「葛七沼」最大の湖沼。十和田樹海とも呼ばれるブナ原生林に囲まれ、風のない日は静かな水面に木々が映し出され、まさに息を呑み美しき。野鳥の宝庫でもある森は散策の聖地。※紅葉期は混雑緩和・環境保全のため、事前予約制の導入及び協力金の設置等を行っています。

● 間 / 奥入瀬渓流館

● 交通 / JR青森駅からバスで約1時間30分  
(青森駅から新青森駅経由は約2時間)

北金ヶ沢の大イチョウ 青森県深浦町

見頃:11月中旬～下旬

高さ約31m、幹周約22m、樹齢1,000年以上とされる日本最大級の老木で、2004年には国の天然記念物に指定されている。樹形もどっしりとして美しく、特に黄葉の時期には、黄金色に輝く圧倒的な存在感に魅了される。

● 間 / 深浦町観光課

● 交通 / JR北金ヶ沢駅から徒歩約10分

錦秋湖 岩手県西和賀町

見頃:10月中旬～下旬

錦秋湖は、山々に囲まれ町の東西に広がる岩手有数の紅葉の名所。湖の周辺が紅葉で錦のように彩られることが名前の由来となっている。ドライブやレンタサイクルで景観を楽しむことができる。

● 間 / 西和賀町観光協会

● 交通 / JRはつと駅だから車で約8分

色づく武家の街並み

見頃:10月中旬～11月上旬

武家屋敷城内諏訪小路 岩手県金ヶ崎町

江戸時代の武家町の佇まいを今に残す、国選定の重要伝統的建造物群保存地区「金ヶ崎町 城内諏訪小路」。紅葉の時期には武家屋敷の落ち着いた風情と色鮮やかな紅葉の競演を楽しむことができる。

● 間 / 白糸まちなみ交流館

● 交通 / JR金ヶ崎駅から徒歩約15分

見頃:10月中旬～11月上旬

小安峡 秋田県湯沢市

深い峡谷の両岸が色鮮やかに染まる小安峡の紅葉。遊歩道も整備され、大小の滝や急流とともに変化に富んだ渓谷美を堪能できる。大地の息吹を感じさせるように熱湯と蒸気が吹き出す「大噴湯」も名所のひとつ。歴史ある小安峡温泉もお薦め。

● 間 / 湯沢市観光物産協会  
皆瀬事務所

● 交通 / JR湯沢駅からバスで約1時間

見頃:10月上旬～下旬

森吉山阿仁ゴンドラ 秋田県北秋田市

紅葉シーズンには多くの紅葉見物客で賑わう「阿仁ゴンドラ」。眼下には雄大な広葉樹の森や林が続き、ブナの黄葉を中心とした雄大なグラデーションが広がる。走るもののない360度のパノラマを、約15分にわたって堪能できる。

● 間 / 北秋田市営森吉山阿仁スキー場(阿仁ゴンドラ)

● 交通 / 秋田内陸縦貫鉄道阿仁各駅から車で約25分

世界自然遺産  
黄色に染まる

見頃:10月中旬～下旬

黄葉の白山山地(岳岱自然観察教育林) 秋田県藤里町

ブナ原生林で知られる世界自然遺産「白山山地」は、黄葉も見事。ブナの森が作りだす黄金色の体験は訪れる価値あり。落ち葉が積み重なったふかふかの小路をゆっくりと散策したい。

● 間 / 白山山地世界遺産センター(藤里館)

● 交通 / JR二ツ井駅から車で約25分

錦繡の里山に遊ぶ  
東北の紅葉

北から南へと、頂上から麓へと、紅葉は山々を染めていきます。冬までのほんのひととき、燃えるように、鮮やかに。

詳しくはこちら

見頃:9月下旬～10月中旬

栗駒山 宮城県栗原市 秋田県東成瀬村 岩手県一関市

標高1,626mの栗駒山一帯が国立公園に指定され、ブナ原生林や湿原など豊かな自然が残る。紅葉の時期には、一面の草紅葉をはじめ、ナナカマドやカエデなども鮮やかに色づき、日本一と呼び声高い「神の絨毯」。その紅葉を見ながら温泉も賞況に堪能できる。

● 間 / 一般社団法人栗原市観光物産協会

● 交通 / JRくりこま高原駅から車で約1時間10分

見頃:10月上旬～下旬

蔵王エコーライン 宮城県蔵王町 山形県上山市

山岳観光道路「蔵王エコーライン」は、蔵王を代表する紅葉ドライブの名所。カエデ、ブナ、ナラなどが多く自生し、赤、黄色など色鮮やかに染め上げる。また、山頂のカルデラ湖・御釜と紅葉の蔵王連峰という、一大パノラマも必見。

● 間 / 蔵王町観光案内所

見頃:11月中旬～下旬

志波彦神社・鹽竈神社 宮城県塩竈市

由緒ある複数の社殿が建ち並び、古くから崇敬を集める神社。境内には約500種の植物が繁茂し、紅葉の時期にはカエデ類を中心に赤・黄・橙色などに色づき、人気の紅葉スポットとなっている。境内からは干賀の浦も一望できる。

● 間 / 志波彦神社・鹽竈神社

● 交通 / JR本塩釜駅から徒歩約15分

寺院と紅葉の競演

見頃:10月下旬～11月上旬

宝珠山立石寺「山寺」 山形県山形市

山全体に無数のカエデが自生している山寺は、山形県内屈指の紅葉の名所。色鮮やかなカエデやイチョウと、絶壁に生い茂る老木や歴史ある数々の仏閣、奇岩怪石との競演は壮観そのもの。荘嚴な雰囲気とともに堪能できる。

● 間 / 山寺観光協会

● 交通 / JR山寺駅から徒歩約5分

見頃:10月中旬～11月上旬

長井ダム ながい百秋湖 山形県長井市

長井ダムによってできた「ながい百秋湖」を取り囲む山肌は、急峻で荒々しい岩肌が露出している部分もあるなど変化に富み、紅葉の名所としても親しまれている。穏やかな湖面に映る紅葉をまとう山々と、上空に広がる空の雄大な社殿。三洲渓谷ボートツーリングや屋形船運行など楽しみ方も盛りだくさん。

● 間 / やまがたアルカディア観光局

見頃:10月下旬～11月中旬

最上峡 山形県戸沢村

最上川流域でも随一と言われる紅葉の名所・最上峡。川沿いの国道47号線を利用した紅葉ドライブも人気だが、舟下りもお薦め。青い川の流れと赤や黄色の紅葉の対比や、水面に映る雄大な景観をゆっくりと味わうことができる。

● 間 / 戸沢村観光物産協会

● 交通 / (最寄駅)JR古口駅ほか

見頃:10月下旬～11月中旬

あづま総合運動公園のイチョウ並木 福島県福島市

自然林を含めると約300種の植物が見られる「あづま総合運動公園」。中でも中央園路のイチョウ並木は、黄葉のメインストリートとなっており、約520mの道路に116本の黄金に輝くイチョウ並木が立ち並び、姿は壮観。敷地内には、東京オリンピック2020の野球、ソフトボールの会場となった福島あづま球場がある。

● 間 / 福島県都市公園・緑化協会

● 交通 / JR福島駅から車で約30分

見頃:10月下旬～11月中旬

夏井川渓谷 福島県いわき市

長い年月をかけて削り取られた断崖や、奇妙な形をした岩、轟々と響く滝など、約16kmにわたって見どころが満載の渓谷。秋にはカエデなどの色鮮やかな紅葉で彩られ、渓谷美はクライマックスを迎える。

● 間 / いわき市総合観光案内所

● 交通 / JR江田駅周辺

見頃:10月上旬～中旬

観光道路3ライン (磐梯山ゴールドライン、磐梯吾妻レークライン、磐梯吾妻スカイライン) 福島県福島市・猪苗代町・北塩原村・磐梯町

日本風景街道に登録されている三つの観光道路(無料)がある磐梯、吾妻エリア。磐梯山の噴火口や猪苗代湖をはじめ、紅葉に彩られた山々や湖沼群、渓谷、湿地帯など、変化に富んだ大自然のパノラマを堪能できる。

● 間 / 福島市観光案内所

絶景のドライブコース

磐梯吾妻レークライン

磐梯吾妻スカイライン





贅沢な牛肉・醤油味の鍋

**山形芋煮** 山形県内  
大鍋と重機で約3万食の芋煮を河原で作る「日本の芋煮会」で全国的にも有名な山形の芋煮。里芋と山形牛を主役に、ネギやゴボウなどを加え甘めの醤油味で仕上げるのが定番。庄内地域では、豚肉に味噌味の芋煮を楽しめる。  
● 問 / やまがた観光情報センター



カキと仙台味噌などの競演

**牡蠣鍋** 宮城県松島町  
宮城県は全国第2位のカキの産地。小粒で身がしまっているのが特徴で、このカキをたっぷりの野菜とともに仙台味噌などの鍋仕立てで味わうのが牡蠣鍋。産地の一つである松島では、松島湾を遊覧しながら味わう「かき鍋クルーズ」も人気。  
● 問 / 一般社団法人松島観光協会

# ＼ぽかぽか／ ご当地 グルメ 鍋

東北の寒さによって  
魚介は旬を迎え、野菜や果物は  
甘く瑞々しく育ちます。  
秋冬の実りが満載！

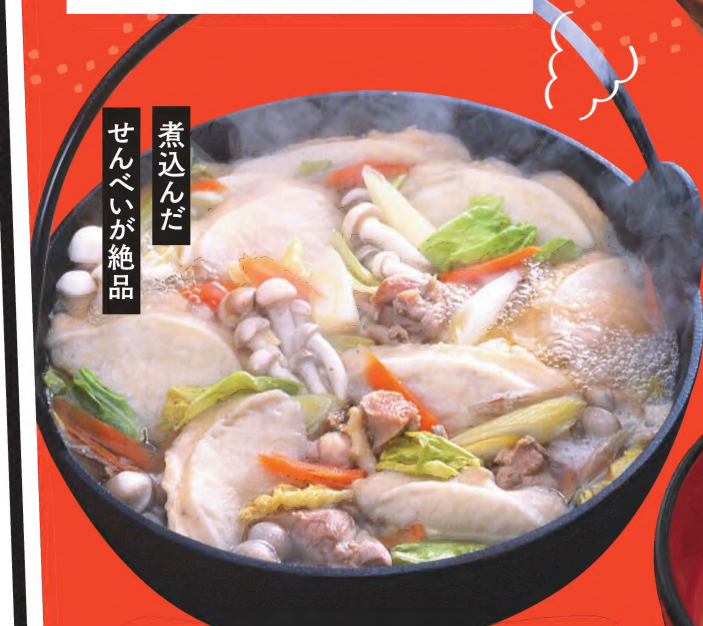
まだまだある！  
東北の鍋

詳しくは  
こちら



濃厚美肌鍋

**あんこう鍋** 福島県いわき市  
いわきの秋から冬の味覚と言えば「あんこう鍋」。あんこうの身や皮、内臓、エラまで丸ごと使い、新鮮なあん肝と味噌、野菜などを煮込んで味わう、絶品濃厚鍋。コラーゲンや野菜が豊富にとれることから美肌効果もあると人気。  
● 問 / いわき市総合観光案内所



煮込んだ  
せんべいが絶品

**八戸せんべい汁** 青森県八戸市  
鶏や魚の出汁に、旬の野菜や豆腐、専用の南部せんべい(おつゆせんべい)を割り入れて煮込んだ郷土料理。せんべいに旨味がしみこみ、もちもちの食感が味わえる。2007年農山漁村の郷土料理百選にも選ばれた八戸地方を代表する鍋料理。  
● 問 / 一般財団法人VISITはちのへ

**だまこ鍋** 秋田県五城目町

炊いたご飯を潰し、丸めたものを「だまこ」と呼ぶ。具材やスープはきりたんぽ鍋と同じで、「だまこ」を入れるのが特徴の郷土料理。主役のだまこは時間とともにスープを吸ってもちもちの食感になる。新米で作るだまこは風味がよく、秋のだまこ鍋は特に美味とされる。  
● 問 / 五城目町観光物産協会



新米のだまこが  
特に美味

**ひつまみ** 岩手県内

水でこねた小麦粉を薄く伸ばして手で引きちぎり、鶏肉、ゴボウ、ニンジン、キノコなどとともに煮込んだ、醤油仕立ての煮込み料理。「手で引きちぎる」ことを方言で「ひつまむ」ということが名称の由来で、もちもちとした食感と滑らかな喉越しが楽しめる。  
● 問 / 公益財団法人岩手県観光協会



岩手の冬の定番  
ほっと温まるふるさとの味



**いかになじん** 福島県中通り

スルメイカとニンジンに醤油・酒・みりんを味付けした、冬の保存食。江戸時代後期から伝わる郷土料理で、中通り地方の正月料理には欠かせないソルフード。ご飯のおかずにも、酒のつまみにもなるためお土産としても人気。  
● 問 / 福島市観光案内所



**さんま** 宮城県女川町

女川は全国有数の水揚げ量を誇るさんまの産地。目利き揃いの仲買人たちが、良質なさんまを高く買い上げることから、新鮮で脂の乗った飯上のさんまが集まってくる。町内では刺身を始め、女川ならではの絶品さんま料理を堪能できる。  
● 問 / 女川町観光協会  
● 交通 / 店舗により異なる(最寄駅)JR女川駅



**牡蠣** 岩手県山田町

広葉樹の山々の栄養が流れ込む、豊かで穏やかな山田湾は牡蠣が特産品。秋から冬にかけて一層旨味が乗るこの時期には、名物の「かき小屋」も開店。新鮮な山田湾の牡蠣を、その場で蒸し牡蠣にして食べ放題(時間制限あり)で堪能できる。  
● 問 / 山田町水産商工課  
● 交通 / 店舗により異なる(最寄駅)三陸鉄道陸中山田駅ほか



**函館朝市のどんぶり** 北海道函館市

函館の美味を手軽に堪能するなら函館朝市のどんぶりがお薦め。その中でも生け簾で泳ぐ近海物の活イカを目の前で調理してくれる「活イカ踊り井」はインパクト絶大。井の上でイカが動き、遠く離れた身のコリコリとした歯ごたえと甘みを満喫できる。  
● 問 / 函館朝市どんぶり横丁市場  
● 交通 / JR函館駅から徒歩約1分



**比内地鶏親子丼** 秋田県内

秋田県北部で手間暇をかけてじっくりと飼育される比内地鶏は日本三大美味鶏の一つといわれており、鶏本来の肉の旨みと、濃厚な肉質が味わえる。煮ても焼いても、出汁をとっても良い比内地鶏だが、濃厚な卵でとじた親子丼はまさに絶品。ぜひご賞味あれ。  
● 問 / 秋田県比内地鶏ブランド認証推進協議会



**ラ・フランス** 山形県内

西洋梨は、山形県が全国の約6割のシェアを占め、秋から冬が出荷の最盛期。美味しさの秘密は収穫後の予冷と追熟の技術で、とろけるような舌触りと芳醇な甘さを堪能させてくれる。10月下旬から旬の美味しさを体験できる。  
● 問 / やまがた観光情報センター



## 北海道・北東北の縄文遺跡群 ユネスコ世界文化遺産登録！

世界遺産とは、地球の生成と人類の歴史によって生み出され、過去から未来へと引き継ぎ伝えていくべきかけがえのないもの。  
約1万5千年前に始まった縄文時代。このたび、特別史跡三内丸山遺跡や特別史跡大湯環状列石をはじめ、北海道から北東北にかけての1道3県にある17遺跡から構成される「北海道・北東北の縄文遺跡群」が世界文化遺産に登録された。

### 特別史跡 三内丸山遺跡

青森県青森市

世界遺産「北海道・北東北の縄文遺跡群」の中でも、最大級のスケールを誇る縄文時代前期から中期の縄文集落遺跡。貴重な出土品を展示している他、遺跡を紹介するシアター、体験工房なども備え、世界的に注目される人類の歴史に触れることができる。  
● 問 / 三内丸山遺跡センター  
● 交通 / JR新青森駅からバスで約15分



世界遺産を代表する特別史跡

### 特別史跡大湯環状列石 大湯ストーンサークル館

秋田県鹿角市

大湯環状列石は、2つの環状列石(野中堂環状列石、万座環状列石)を主体とする縄文時代後期の大規模な遺跡。集団墓であるとともに、祭祀施設だったと考えられており、今後の発掘調査が注目されている。出土品の土版(愛称:どばんくん)を模したグッズが続々登場。道の駅おゆでで購入できる。  
※屋外施設は11月22日以降冬期閉鎖となります。  
● 問 / 大湯ストーンサークル館 ● 交通 / JR鹿角花輪駅からバスで約35分

直径44メートルの巨大遺跡



縄文時代へタイムスリップ



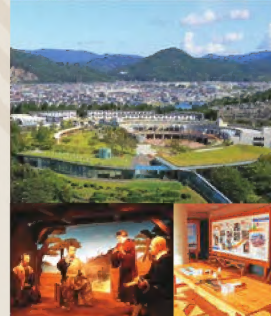
### 御所野縄文公園・御所野縄文博物館

岩手県一戸町

世界文化遺産「北海道・北東北の縄文遺跡群」の構成資産のひとつで、縄文時代中期後半(5,000~4,200年前)の大規模な集落跡。施設公園内には土屋模の竪穴住居などが復元されている。また、隣接する博物館では出土品が展示されているほか、土器・アクセサリーの製作体験もできる。  
● 問 / 御所野縄文博物館 ● 交通 / IGRいわて銀河鉄道一戸駅から車で約5分



## 先人たちの心につれる懐旧の地



### サン・ファン館&サン・ファンパーク

宮城県石巻市

今から約400年前、支倉常長「慶長使節」を乗せて太平洋を往復したガレオン船「サン・ファン・バウティスタ」号の航跡や、歴史的偉業を伝えるミュージアム。隣接するサン・ファンパークからは石巻の自然と太平洋が一度に眺望できる。  
● 問 / サン・ファン館  
● 交通 / JR釜石駅から徒歩約25分  
※復元船の観覧は9/6(月)をもって終了しました。



### 新宮熊野神社 長床

福島県喜多市

源頼義の勧請とされる古社で、拝殿「長床」は平安時代の寝殿造りの建物。44本の太い円柱が等間隔に5列並び、すべて吹き抜けになっている。併設の宝物殿には銅鉢をはじめ、国・県指定文化財が多く保存され、拝観することができる。  
● 問 / 新宮地区重要文化財保存会  
● 交通 / JR喜多方駅から車で約10分  
※新型コロナウイルス感染症の影響により事務所等が急遽閉鎖する場合があります。



### 山居倉庫

山形県酒田市

明治26年建造の米保管倉庫で、12棟の倉庫のうち2棟が酒田市観光物産館、1棟が庄内米歴史資料館、残る9棟が今も米保管倉庫として使われている。北前船の栄華と庄内の歴史に触れることができる。  
● 問 / 一般社団法人酒田観光物産協会  
● 交通 / JR酒田駅から車で約5分

詳しくは  
こちら





情緒豊かな絶景の湯

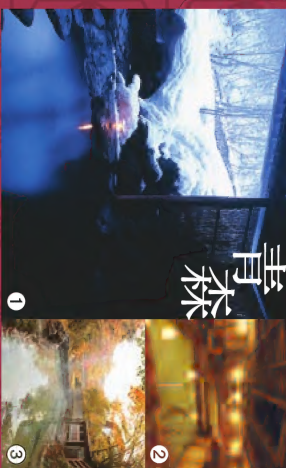
東北の温泉



詳しくはこちら



東北の温泉は  
他にもあります



1 青荷温泉  
青森県黒石市

「ラベンダの宿」として有名な山奥の秘湯。成分はナトリウム塩化物・硫酸塩泉で、マイルドな温泉でゆったりと過ごしたい方や肌に優しい温泉に入りたいたい方にお勧め。紅葉の名所としても知られ、都会の雑踏を忘れるには最適。

温泉の湧き出る場所が「渡方薬師」に依っていたこと  
とから名づけられたと伝わる薬師温泉。紅葉の季節には、湯  
につかりながら色鮮やかな紅葉を拝しめる他、薬師溪流沿  
いには1周約6kmの遊歩道もあり、紅葉の中を散策できる。

- 問／晋荷温泉
- 交通／弘南鉄道黒石駅から路線バス「道の駅虹の湖」下車、送迎バス

- 交通 JR下北駅から車で約50分

④ つなぎ温泉

**岩手県盛岡市**

開創900年の歴史ある温泉地で、昔ながらの湯が湧き出ており、薬入、季節でも変化する、強アルカリ性のお湯は、疲労回復効果が期待でき、天然の保冷剤外と言われるメカゲイロも豊富で、女性におすすめ。

① 町 7 丁 とき温泉観光協会  
② 交通、バス盛岡駅から  
15分で約30分

**湯手**

湯手温泉は、岩手県盛岡市にあり、開創900年の歴史ある温泉地です。昔ながらの湯が湧き出ており、薬入、季節でも変化する、強アルカリ性のお湯は、疲労回復効果が期待でき、天然の保冷剤外と言われるメカゲイロも豊富で、女性におすすめ。

① 町 7 丁 とき温泉観光協会  
② 交通、バス盛岡駅から  
15分で約30分

5 花卷溫泉郷 岩手県花巻市

花巻温泉郷は中心に、花巻の先人も好んだ趣ある湯治宿や温泉沢川沿いの「ファミリー」でリゾート気分を満喫できる近代的なホテルなど多種多様な温泉宿が揃う。

◎ 同・一般社団法人花巻観光協会の「交通」施設により異なる

（旅費寄附）は花巻駅前からバスで約15～30分

**⑤ 金田一温泉郷** 若手県二戸市  
南前津の指定湯治場であった湯治地で、泉質は神経痛や風湿痛、アレルギー性皮膚病などに用いられる低硫酸銅アワバリ性の鉱泉水。また、出会うと幸であると言われる「面数わらし」の車道としても知られ、心豊かに通える。

● 開 ● 全日 一湯舟旅館営業中  
● 交通 ● 船旅として異なる（乗客利用）GRL わて駅より徒歩  
金田一温泉駅から車で約3分

宣  
8 秋保温泉

日城

宮城県仙台市

秋田県の大森(大森町)を離れて、ここから御湯の街を離れ、以来日本三御湯のひとつに数えられる秋保温泉(伊達温泉)も見る旅だったという湯通。秋には田舎の山々や峠合が群やまな紅葉で彩られる。仙台から最近のいのちの軌力。

② 同/秋保温泉旅館光案内所  
交通 JR仙台駅から  
運行バスで約30分

7 鳴子温泉郷  
宮城県大崎市

5つの温泉地からなる一大温泉郷で、1,000年を超える歴史がある。日本にある10の泉質のうち8種が湧出し、湯量も豊富で源泉が4流しかないので魅力。周辺には紅葉の名所「陣子峠」や天気・時期によって色を変える「湯沼」など多くの見どころがあるので、ゆっくりと滞在したい。

**⑨ 青根温泉** 宮城県、川崎町  
かつては伊達家の御殿湯で置かれた、商王連峰を望む山あいの閑静な温泉地。御殿湯の品格と、武士の湯治場としての素朴な面影を今に残している。遠く仙台平野から太平洋までを一望でき、紅葉の時の眺望は特に格別。

○交通／施設により異なる(最

**10 打当温泉**  
秋田県北秋田市  
熊などの狩猟を行っていた「ツギギ」の里・阿仁地方にある湯通で、ツギギの生活を守り、体験できる宿として知られる。温泉は「ナリウム、カルシウム塩化物泉で、湯冷めせず良くとまる。自然の恵み満載の炭山料理も特別。



● 交通 戸石古蔵王沢から車で約1時間

秋田

10

送迎あり(要事前連絡)

**① 猿倉温泉** 秋田県由利本荘市  
馬場山の登山口と馬場温泉の間にシャトー施設があり、秋の  
馬場山のジューの拠点としても人気の温泉郷。温泉は上から  
ある塩化物質で、切り傷、凍傷、頭痛、歯痛、冷え性などに効  
能があり、体には温まるとて楽しい季節には特にお薦め。

② 間、由利本荘市観光協会  
③ 交通、由利本荘市観光協会から車で約15分

**⑫ 湯瀬温泉郷** 秋田県鹿角市

大田川沿いの温泉地で、紅葉の季節には、山が赤や黄色に彩られる湯瀬温泉郷は、アムリヤ峠峠道で、黒川有数の美人の湯で知られる。秋田の秋の恵みをもんだんに使った料理も楽しみのひとつ。

問：十和田八幡平国土地産物協会  
交通：JR湯瀬温泉駅より徒歩約5分

14 湯入沢米

目形

10

⑬ 銀山温泉  
山形県尾花沢市

大正時代、タイムス川沿いだったため、このような景色が広がる銀山温泉。夕暮れになると、カス灯に火がともり、メタルシグナルが本情状が漂う。周辺には紅葉の名所も多い。

- 同 / 銀山温泉案内所
- 交通 / JR大石田駅から車で約30分

**⑤ あつみ温泉** 山形県鶴岡市  
庄内藩の藩政が盛られたことである。歴史ある温泉地。湯質は、ナトリウム・カルシウム・塩化物・硫酸・重炭酸・塩・切り湯・温冷・神経痛など幅広い効用がある。費用も安い。庄内地方を代表する温泉地として知られている。温泉地を見学できる高台に位置する「あつみ温泉はら園」も見どころの一つ。

● 間／あつみ観光協会  
● 交通／JRあつみ温泉駅から車で約10分

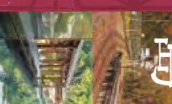
16 湯野上温泉

**恒島貞下編訂**

奈良時代に発見されたとされる  
上道真は、会員の奥書として  
古くから読まれた道治庵・泉斎はア  
ルカリ単純泉で、神経性、節内素  
、低性酸化鉄源などが必要。ア  
イオンの濃度は高いのが特徴。身体  
のなかろ進めてくれると評判。

●同、上道真観心集完全  
●文庫（昭和41）刊

（昭和41）会津若狭海上、上道真



17 母畑・石川温泉郷  
福島県石川町

日本三大霊物産地の一つに数えられている石川町には、東北でも有数のラジウム温泉地、母畑・石川温泉郷がある。大抵の類は三日で治つてしまふという「母畑の三日湯」の伝説が残されているほど、優れた効能で知られる。

● 間、石川町観光物産協会

● 交通、施設により異なる（最寄駅）JR磐城石川駅

**⑬ 甲子・新甲子温泉** 福島県西郷村  
標高600mという高地にある温泉地で、新甲子温泉は上流の甲子温泉から引湯して沸き、現在では自家源泉湯宿もある。ナツやミズツの原生林に囲まれ、深谷と紅葉を堪能できる絶景スポット。泉質はナトリウム性単純泉で、新内や関面の藩にも知られる。

● 間 / 西郷村観光協会  
● 交通 / 内新白河駅から車で約20～30分

18 甲子・新甲子温泉 福島県西郷

● 間／西郷村観光協会  
● 交通／JR新白河駅から車で約20～30分

